



Curso–Taller

# Herramientas para Mejorar mis Relaciones



## **Objetivo General:**

- Modificar algunos patrones familiares y mejorar la relación conmigo mismo y con mi familia.

## **Objetivos Particulares:**

- Reconocer mis raíces familiares.
- Identificar la repetición de patrones familiares tanto los que limitan como los que favorecen en mi vida.
- Opciones para mejorar la relación en la familiar nuclear: entre la pareja, relación padres e hijos y relación entre hermanos.
- Como mejorar la relación con la familia política.

## **Desarrollo del Curso:**

- La base del programa será la aplicación de algunos conceptos de la terapia familiar transgeneracional, conocida como Constelaciones familiares con el propósito de modificar aquellos patrones de relación que se repiten por generaciones y que limitan en algunos aspectos la vida de los nuevos integrantes.
- El taller es una invitación a que los participantes conozcan su fuerza en la vida al reconocer que ésta se genera desde sus raíces familiares.
- El programa está diseñado para que durante 3 horas por 16 semanas cada uno se encuentre consigo mismo y con sus posibilidades de cambio. La intención final es aprender que más allá del dolor y de los problemas cotidianos está el amor y la necesidad de reconciliación.

## Metodología:

- Se darán algunas anotaciones de los temas a tratar y la mayor parte del curso se orientará a ejercicios y actividades grupales.

## **Diseño de programas a las necesidades de su empresa o institución**



**Para mayores informes favor de comunicarse al Departamento de Promoción y Relaciones Públicas con:**

Marialba Rodriguez [marialba-rodriquez@uiasaltillo.edu.mx](mailto:marialba-rodriquez@uiasaltillo.edu.mx) Ext. 114  
Irma Martinez [irma-martinez@uiasaltillo.edu.mx](mailto:irma-martinez@uiasaltillo.edu.mx) Ext. 105

- Acapulco
- Cd. de México
- Guadalajara
- León
- Oaxaca
- Puebla
- Tijuana
- Torreón
- Centros de Extensión:
- Monterrey
- Saltillo